

我们内心的“坏东西”



[我们内心的“坏东西” 下载链接1](#)

著者:[英] 蒂凡尼·瓦特·史密斯

出版者:读创 | 北京联合出版公司

出版时间:2019-11

装帧:平装

isbn:9787559635877

是什么让我们这么“坏”，又对“坏”充满热爱？

朋友成功、同事倒霉、名人爆出丑闻……

人们一方面因为内心的“坏”而生发困惑和羞耻感，

另一方面又对这样的情绪和心理热爱到不能自拔。

无论是幸灾乐祸还是吃瓜围观，

每一种现象背后都有心理渊源。

让我们真诚拥抱心中的每一种“坏东西”，

用它们对抗每一个不快乐的瞬间。

【编辑推荐】

★TED高人气主讲人深刻揭露矛盾复杂的内心真相

陈坤赞赏的英国情绪史领军人物蒂凡尼·瓦特·史密斯全新力作。

我们内心那些隐秘、难以启齿的情绪与心理，远远不是简单的一句“坏透了”就能概括的，多数情况下，它们是无伤大雅的趣味之源。

★神奇大胆、减压治愈；让人爆笑，引人深思

作者在书中探讨了我们内心那些隐秘、难以启齿的情绪与心理，大胆而神奇，经典的案例常常让人忍俊不禁，笑过之余，又会陷入对自己内心的探索与深思。

★内容扎实，贴近生活

朋友成功、同事倒霉、明星爆出丑闻……人们一方面因为内心的“坏”而生发困惑和羞耻感，另一方面又对这样的情绪和心理热爱到不能自拔。书中内容贴近我们的内心，也贴近生活。

★更好地感受自己，成为更快乐的人

内心的“坏东西”可能会让你担心自己看起来恶毒、狭隘，甚至让你害怕自己成为最糟糕的那类人。其实不然，当你重新思考，并开始拥抱这些情绪和心理时，你将会更好地感受自己，成为更快乐的人。

【内容简介】

《我们内心的“坏东西”》是一本探讨我们内心隐秘情绪的心理类图书。我们内心到底有多少不为人知的“坏东西”？我们又将如何对待它们？本书系统阐明了这些隐藏心理的成因、类型，并邀请读者反思它带给我们的快乐，以及我们如何利用这种情绪和心理来更好地感受自己。

【名人推荐】

在一个以科技为主导的世界里，蒂凡尼·瓦特·史密斯（Tiffany Watt Smith）可以成为我们情感暗黑丛林的向导，并提醒我们：所有这些，都没有你想象的那么坏。

——罗伊·彼得·克拉克（畅销书作者）

作者介绍：

蒂凡尼·瓦特·史密斯

情绪史学家，2014年被英国广播公司（BBC）推选为“新一代思考者”。她的TED演讲《情绪史》广受欢迎。著有《心情词典》等。

目录: ▷序言 真的“坏透了”吗

“他人的不幸甜如蜜”

恶毒的欢乐

幸灾乐祸的时代

我们必须直面的瑕疵

▷意外之“喜”

捧腹大笑

孩子们的洋洋得意

意外之“喜”

▷是他们活该

可耻的身体

他(们)活该!

▷有些人就是要遭报应

报应带来的狂喜

正义成瘾

不可避免的尴尬

▷期盼自大的人出糗

“好的幸灾乐祸”

幻想报应

▷要让其他人都失败

竞争者

要让其他人都失败

怎样才能开心生活并提高自尊

我的“屎样人生”

▷最讨厌朋友比我强

关注与比较

名人出丑超开心

▷“坏”老板都没有好下场

理想的员工

坏老板没有好下场

弱者的积怨

心灵安慰剂

▷政客出丑与群体欢腾

党派政治

群体欢腾

小型的革命

▷后记 我们需要的情绪瑕疵

致谢

参考文献

· · · · · (收起)

[我们内心的“坏东西”](#) [下载链接1](#)

标签

心理

蒂凡尼·瓦特·斯密斯

电子书站

幸灾乐祸

社会心理学

搞笑

成长

非虚构

评论

一度难以名状的情绪被一语中的。这本书教我认识了“妒忌”。挺好的书ヽ^_^ノ

我们活在一个努力追求完美的世界里。在这里，我们的错误不仅要遭到惩罚，还要被完美地抹去，但是仔细研究幸灾乐祸，你会发现其实不然：在他人的错误里，在我们自己的错误里，还可以找到快乐与安慰。

凤凰读书

非常无聊

感受不到逻辑啊……

我3岁的小女儿得到了最后一块饼干，一边高兴地喊着啦啦啦啦啦，一边抓着饼干四处挥舞，结果饼干被我家的狗一口叼走了。英国伦敦国家美术馆，当看到彼得勃鲁盖尔的《有伊卡洛斯坠落的风景油画》，我在上面寻找那个渴望名誉尊荣、尝试向太阳飞去的人。我本以为会看到一个挥着巨大的假翅膀的肌肉男被一团火球裹挟着撞向地面，结果没有。画面上是一片宁静祥和的海崖风景，一个农夫正在赶羊，朵朵云彩掠过，低矮的树丛繁盛生长，宁静的海湾上泊着一只小船。然后，我终于发现了他。就在油画的右下角，从农夫或羊群或其他画中人的角度上看都看不见：伊卡洛斯的脑袋已经扎进水里，水面上只看得见正在用力扑腾的两条腿。国家美术馆里能让我笑出声来的画没有几幅，这就是其中之一。伊卡洛斯生前一心想获得称赞与崇拜，死的时候却没有一人注意到。

他人的不幸甜如蜜

有意思的选题，但是写的太浅了。我竟然豆瓣第一个标记啊！

可以消遣用~你别说，有些事情我也想笑，或许这就是幸灾乐祸吧哈哈哈
不过可惜了，虽然选题很有意思，但讲的不深。3.5

我们就是靠这种让别人失去安全感的方法，来增加自己的安全感。

其实只是举了一些例子，但是对于人们为什么会有这样的心理分析不多。感觉像是条理清晰的说了些废话

反正我是笑着读完的

幸灾乐祸是一种能短期给自己带来快乐，但是长期给自己带来痛苦的，难以自控的情绪与习惯

写的很简单，读着很轻松。封面挺可爱

揭示了一些困扰我们却不为我们所知的情绪心理，读来有所启迪。

和现实生活再贴切不过了

确实写得蛮浅的，全本书主要是在描述人们在生活中是如何地幸灾乐祸啦。内心狡黠的恶意也可以转化为向前的动力，承认自己的情绪很重要呢。

幸灾乐祸的笑，和发自内心开心的笑虽然是一样的。但幸灾乐祸的笑来的更加容易。

幸灾乐祸只是一个廉价的让自己感觉良好的方式。

《我们内心的坏东西》

每个人都有内心幽暗的一面，坦然正式它并积极思考，明辨是非。

书没怎么细读，作者举的都是国外的事件例子没有共鸣，而且在看到之前听了B站罗老师对未成年犯罪的解读，感想主要也是由他的总结来的。

他承认自己小孩子时候就不是什么“天使儿童”，也有很多阴暗的想法。

我大概是从大学那会儿结交朋友多了，知道自己并不是个例，坦然接受自己，轻松多了。并且能更加冷静理性思考对错和选择，不至于在自责和慌乱中手足无措。

[我们内心的“坏东西”](#) [下载链接1](#)

书评

短评里有句评论是——你还别说，有些事看到了的确想笑。

我们先来预设一下这句话的通常语境会是哪些场景：

首先多出于各类搞笑集锦，以运动失误、舞台表演事故、工作生活意外为主，比如模特走台步跌倒，撑杆跳杆子断裂等等，观众通常会因这些体面人的出糗大笑不止，但绝大多数...

某天，朋友在微信上问我：“你觉得我的人品怎么样，我坏吗？”

我一时摸不着头脑，随手回答：“挺好的呀。怎么啦？”

于是朋友开始用大段文字讲述她的经历。

“今天有个女同事离职了，听其他同事说是因为多次剽窃别人的创意被举报，领导二话不说就让她走的。当时我心里就‘咯噔…’

从小我们就被教育要做一个好人，要善待身边的人，要不吝啬自己的关心与善意。大多数时候我们一般都是这样做的。但事实上，我们内心依旧会有各种各样的“坏东西”，在不经意之间就流露了出来，甚至来不及阻止或掩饰。

听到平时总拿第一名的同学因为生病错过了考试 听到班里的体育…

01 我发现一个很有意思的事儿。好像身边的大多数朋友，都很喜欢看沙雕视频。比如某些搞笑合集，出丑合集，甚至是“主持人口误合集”，都能收获到非常高的点击量，而观众也总是对这种视频乐此不疲地捧场。这种搞笑视频似乎有种非常神奇的魔力。明明它们没什么实质性的内容，…

[我们内心的“坏东西”](#) [下载链接1](#)